

CEDERA PADA ATLET PENCAK SILAT DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Jeffry Tamala Artha
NIM 07602241006

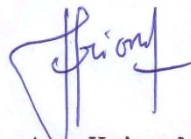
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Cedera Pada Atlet Pencak Silat Daerah Istimewa Yogyakarta” yang disusun oleh Jeffry Tamala Artha, NIM 07602241006 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 4 April 2012

Pembimbing,



Awan Hariono, M. Or

NIP. 19720713 20021 1 001

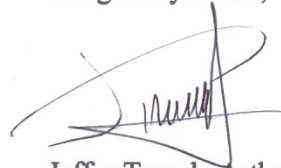
SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 4 April 2012

Yang menyatakan,



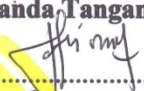



Jeffry Tamala Artha

NIM. 07602241006

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “CEDERA PADA ATLET PENCAK SILAT DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA” yang disusun oleh Jeffry Tamala Artha, NIM 07602241006 ini telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal 27 April 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Awan Hariono, M. Or	Ketua Penguji		15/5 2012
Faidillah K, M. Or	Sekretaris Penguji		14/5 2012
Dr. Siswantoyo	Penguji I (Utama)		14/5 2012
Agung Nugroho, M. Si	Penguji II (Pendamping)		14/5 2012

Yogyakarta, Mei 2012

Fakultas Ilmu Keolahragaan




Agus Sudarko, M. S

NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

“Berusaha dan berdoa, maka Allah akan menunjukkan jalan keluar untuk setiap permasalahan yang dihadapi oleh setiap hambanya.”

“Yes We Can”

“Lihatlah ke depan dan janganlah lihat ke belakang”

“Masa depan harus kita songsong masa lalu biarlah berlalu”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

Ke dua orang tuaku, Papa Trisugiharto, Mama Retno Djuwitaningsih yang tercinta serta saudaraku yang kusayangikakakku Ratika dan adikku Yesica dan Natasya.

Teman-teman dalam perjuangan Aris, Slamet, Ucok, Panggah, Heru, Dzihan, Feby, Ryan, Dwi, Dimas, Lukman, Yandika, Gayuh, Erna, Galuh, Zakaria, Bayu, Andri, Agil, Zulkan, Titik, Isvir, Dias, Deny, Stial, Krisna, Prabowo.

Teman-teman PKO 2007

Teman-teman UKM Pencak Silat UNY

CEDERA PADA ATLET PENCAK SILAT DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Oleh:
Jeffry Tamala Artha
NIM 07602241006

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui macam-macam cedera dan penyebab cedera yang terjadi pada saat pertandingan pencak silat.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dan metode yang digunakan adalah survey. Populasi yang digunakan adalah atlet pencak silat kategori tanding yang mengikuti Pekan Olahraga Provinsi DIY 2011. Teknik pengambilan sampel menggunakan *insidensial*. Sampel pada penelitian ini adalah atlet pencak silat kategori tanding pada Pekan Olahraga Provinsi DIY 2011 dengan jumlah 70 atlet. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket. Analisis data dengan menggunakan cara deskriptif perhitungan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa macam cedera dan penyebab cedera yang sering terjadi yaitu: (1) Macam cedera pada saat pertandingan atlet pencak silat Daerah Istimewa Yogyakarta adalah cedera pada bagian tungkai dan kaki sebesar 84,28% atau sebanyak 59 atlet dari indikator cedera memar, indikator cedera lecet sebanyak 53 atlet atau sebesar 75,71%, indikator cedera *sprain* sebanyak 46 atlet atau sebesar 32,85%, indikator cedera dislokasi sebanyak 39 atlet atau sebesar 27,85%, indikator cedera *strain* sebanyak 19 atlet atau sebesar 27,15%, dan indikator cedera *fraktur* sebanyak 14 atlet atau sebesar 20%, (2) Penyebab utama cedera pada saat pertandingan pencak silat yang sering terjadi pada atlet pencak silat Daerah Istimewa Yogyakarta adalah faktor *internal violence*.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Cedera Pada Atlet Pencak Silat Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penelitian untuk mengetahui macam-macam cedera dan penyebab cedera yang terjadi pada saat pertandingan pencak silat.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

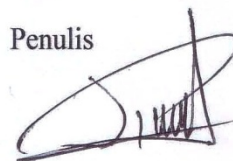
1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Endang Rini Sukamti, M.S, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan yang telah memberikan izin penelitian.
4. Awan Hariono, M.Or, selaku dosen pembimbing akademik dan dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan semangat, dukungan, dan telah meluangkan waktu disela-sela kesibukannya untuk memberikan arahan, saran, masukan dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ketua IPSI tiap-tiap kabupaten di DIY yang telah memberikan izin dalam pengambilan data pada skripsi ini.

6. Keluarga tercinta, yang telah memberikan kepercayaan, pengertian, semangat, dan doa serta segala upaya baik moral maupun material selama penulis menyelesaikan studinya.
7. Atlet Porprov DIY 2011 yang telah memberikan kerjasama dalam pengambilan data skripsi.
8. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis belajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Teman-teman PKO angkatan 2007, dan anak-anak UKM pencak silat UNY, dan semua kawan-kawan terbaik yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Hal ini disebabkan oleh terbatasnya kemampuan dan pengetahuan yang ada pada diri penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

Yogyakarta, 4 April 2012

Penulis



Jeffry Tamala Artha

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKAN	
A. Deskripsi Teori.....	7
B. Penelitian yang Relevan.....	24
C. Kerangka Berfikir.....	26
D. Pertanyaan Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	28
B. Definisi Oprasional Variabel Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	30
1. Instrumen Penelitian.....	30

2. Hasil Uji Instrumen	33
3. Teknik Pengumpulan Data	37
E. Uji Coba Instrumen Penelitian	37
F. Teknik Analisis Data	39
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	40
B. Hasil Penelitian	66
C. Pembahasan	68
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	71
B. Implikasi	72
C. Keterbatasan Penelitian	72
D. Saran-saran	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen.....	32
Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Uji Coba.....	34
Tabel 3. Kisi-kisi Angket Setelah Uji Coba.....	35
Tabel 4. Data Hasil Angket Cedera Memar	40
Tabel 5. Data Hasil Angket Lecet.....	41
Tabel 6. Data Hasil Angket Cedera Perdarahan.....	42
Tabel 7. Data Hasil Angket Cedera Memar	43
Tabel 8. Data Hasil Angket Cedera <i>Sprain</i>	44
Tabel 9. Data Hasil Angket Cedera <i>Strain</i>	45
Tabel 10. Data Hasil Angket Cedera <i>Fraktur</i>	46
Tabel 11. Data Hasil Angket Cedera Lecet.....	47
Tabel 12. Data Hasil Angket Cedera Memar	48
Tabel 13. Data Hasil Angket Cedera <i>Sprain</i>	49
Tabel 14. Data Hasil Angket Cedera <i>Strain</i>	50
Tabel 15. Data Hasil Angket Cedera Lecet.....	51
Tabel 16. Data Hasil Angket Cedera <i>Fraktur</i>	52
Tabel 17. Data Hasil Angket Cedera Dislokasi	53
Tabel 18. Data Hasil Angket Cedera Memar	54
Tabel 19. Data Hasil Angket Cedera <i>Sprain</i>	55
Tabel 20. Data Hasil Angket Cedera <i>Strain</i>	56
Tabel 21. Data Hasil Angket Cedera <i>Lecet</i>	57
Tabel 22. Data Hasil Angket Cedera <i>Fraktur</i>	58
Tabel 23. Data Hasil Angket Cedera Dislokasi	59
Tabel 24. Data Hasil Angket Faktor <i>Warming up</i>	60
Tabel 25. Data Hasil Angket Faktor Teknik	61
Tabel 26. Data Hasil Angket Faktor Fisik	62
Tabel 27. Data Hasil Angket Faktor <i>Over-use</i>	63
Tabel 28. Data Hasil Angket Faktor Peralatan.....	64
Tabel 29. Data Hasil Angket Faktor Fasilitas	65
Tabel 30. Data Hasil Letak Cedera	66

Tabel 31. Deskripsi Hasil Penelitian Penyebab Cedera Atlet Pencak Silat DIY	67
--	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Cedera Memar.....	15
Gambar 2. Cedera <i>Sprain</i> Kaki.....	16
Gambar 3. Cedera <i>Sprain</i> Lengan	17
Gambar 4. Cedera <i>Strain</i> Tungkai	18
Gambar 5. Cedera <i>Strain</i> Lengan	18
Gambar 6. Cedera <i>Fraktur</i>	19
Gambar 7. Cedera Perdarahan	20
Gambar 8. Cedera Dislokasi	20
Gambar 9. Histogram Cedera Memar.....	41
Gambar 10. Histogram Cedera Lecet	42
Gambar 11. Histogram Cedera Perdarahan	43
Gambar 12. Histogram Cedera Memar.....	44
Gambar 13. Histogram Cedera <i>Sprain</i>	45
Gambar 14. Histogram Cedera <i>Strain</i>	46
Gambar 15. Histogram Cedera <i>Fraktur</i>	47
Gambar 16. Histogram Cedera Lecet	48
Gambar 17. Histogram Cedera Memar.....	49
Gambar 18. Histogram Cedera <i>Sprain</i>	50
Gambar 19. Histogram Cedera <i>Strain</i>	51
Gambar 20. Histogram Cedera Lecet	52
Gambar 21. Histogram Cedera <i>Fraktur</i>	53
Gambar 22. Histogram Cedera Dislokasi	54
Gambar 23. Histogram Cedera Memar.....	55
Gambar 24. Histogram Cedera <i>Sprain</i>	56
Gambar 25. Histogram Cedera <i>Strain</i>	57
Gambar 26. Histogram Cedera Lecet	58
Gambar 27. Histogram Cedera <i>Fraktur</i>	59
 Gambar 28. Histogram Cedera Dislokasi	 60

Gambar 29. Histogram Faktor <i>Warming up</i>	61
Gambar 30. Histogram Faktor Teknik.....	62
Gambar 31. Histogram Faktor Fisik	63
Gambar 32. Histogram Faktor <i>Over-use</i>	64
Gambar 33. Histogram Faktor Peralatan	65
Gambar 34. Histogram Faktor Fasilitas.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat permohonan ijin penelitian	76
2. Surat keterangan penelitian dari IPSI kota Yogyakarta	77
3. Surat keterangan penelitian dari IPSI Sleman.....	78
4. Surat keterangan penelitian dari IPSI Bantul	79
5. Surat keterangan lembar validasi	80
6. Angket penelitian	81
7. Hasil uji coba instrumen.....	85
8. Data uji coba	90
9. Data Penelitian	92